想要获取更多资源吗?

点击上方图片，即可进入修行资料中心，探索浩如烟海的佛经经典、禅修指南、开示讲记以及实修方法等珍贵内容。这里汇集了助您精进修行的各类资源，无论您是初学者还是资深修行者，都能在此找到滋养法身慧命的甘露法雨，开启智慧，增长福德，成就菩提！

冻死不攀缘，
饿死不化缘；
穷死不求缘，
随缘不变，不变随缘，
抱定我们的三大宗旨。
舍命为佛事，
造命为本事，
正命为僧事，
即事明理，
明理即事，
推行祖师一脉心传。

回目录

清洁空气的电疗法

从静坐中放出智慧光，把混浊的空气变成清洁的空气，电疗世界的病

禅宗这一门，是直指人心，见性成佛的法门，也就是顿教。顿教，是由渐教勤修而成的，所谓「理可顿悟，事须渐修。」我们现在行住坐卧，就是渐修。等到有一天，真正明了，豁然开悟，就是顿。顿也没有离开渐，渐也帮助顿。

一般修行人，他修什么法，便说什么法是最好的，是第一的，要不是第一，他就不会欢喜它，也不肯去修行。你要是真明白，一切法都是佛法，皆不可得，便没有什么可执着的。

打禅七，是调身调心。调身，令身不乱动。调心，令心不打妄想，常常清净；心能常清净，则尽虚空遍法界都在自性里边。自性是无所不包，无所不容，也就是本来的佛性。

我们从无量劫以来，生生世世，世世生生，都被邪知邪见迷染得太深了，所以不容易明心见性。因为这个原因，所以要打禅七。打七叫「克期取证」，定下一个时间，在这个时间之内，一定要得到好处。

在用功方面，一定要求个明白。你要想真正明了，首先要学一个不明了。在禅堂里用功，用的是什么功？不知道。上不知有天，下不知有地，中间不知有人。从早上到晚上，做的是什么事？不知道。吃的是什么饭？不知道。穿的是什么衣？不知道。就是昏昏沉沉，什么也不知道。这叫「养成大拙方为巧，学到如愚始见奇。」就是说养成世界上最笨拙最愚痴的人，这时便会生出巧妙来。

此时，一通一切通，一了一切了，一悟一切悟。都通了，都明白了，彻底的开悟了。学到什么？也不知道，好像傻子一样。可是，就在此时，奇怪的事就出现了。

打禅七，就是要把你那些小聪明、小智慧都收起来，不要觉得自己什么都明白、什么都懂。如果你觉得什么都明白，你就是没有真正明白佛法的人。瓠蛂 u
大智若愚」，外表看来，好像什么都不知道，可是心里什么都明白，这也就是小事胡涂大事明白，这种人才有大成就。我们在禅堂里，人家跑就跟着跑，人家坐就跟着坐，东西南北都不知道。这时候，才能转过身来，真正的明白，真正的了解。明白什么？明白自己的本地风光。了解什么？了解自己的本来面目。

在禅堂里，要用功修行，少说废话，不要浪费时间。所谓「一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。」坐禅确实是这样宝贵，不知在哪一分钟就能开悟，所以要分秒必争，任何时间也不能放过。若是到厕所，方便之后，即刻回到禅堂，继续打坐；到斋堂去，吃完饭之后，立刻回到禅堂打坐；喝完茶之后，即刻回到禅堂打坐。总而言之，不放弃开悟的机会。不知哪个时候，就是

开悟的时候；换句话说，行香、跑香、坐香，都是开悟的良机，不可错过！

清朝的雍正皇帝，有一次召见高旻寺和尚天慧禅师到北京去，和他谈论禅理，问他还识玉琳国师的宗旨吗？他没回答。皇帝便命他在宫里的禅堂坐七天，一定要参出答案来。否则，要斩他的头。在六天之内，他参不出究竟的答案。最后一天，急得他跑禅堂，跑来跑去跑昏了头，撞到大柱上，头上起了一个大疙瘩。这回清醒了！得到标准的答案，于是他来见皇帝，雍正知道他已认识玉琳国师的宗旨，他也所以开悟了。从此之后，才立下跑香的制度。

在禅堂里，就是行香、跑香、坐禅、参话头。行香就是快走，跑香就是慢跑，坐香就是坐禅，参话头就是思惟一句话。例如，参「念佛是谁？」一心一意参这句话，参到一心不乱、一尘不染的时候，就是开悟时。这些方法，是用来禁止妄想。没有妄想，就能开悟。

坐禅的目的，是要开悟。开悟之后，就有超人的智慧。所以，祖师们研究以毒攻毒的办法，用参话头来控制妄想，也就是用一个问题控制多个问题。参什么话头？参「念佛是谁？」你在什么时候把「谁」找到了，知道究竟「念佛是谁？」到那时候，你才是真正明白。明白什么？明白颠倒是非要远离。在《心经》上说：「远离颠倒梦想。究竟涅盘。」这些过程，要经过一番苦功，才能有所成就。讲多了，打闲岔，还是规规矩矩脚踏实地去用功修行。

有一点大家要知道，在《三字经》上说：「贵以专」，无论做什么事情，你能专心一意去做，最后一定会成功的。我们参话头也是这样，只想一个话头，白天想，晚上想，吃饭想，睡觉想，走路想，坐下想，非想到海枯石烂不停止。换句话说，就是「不开悟不休息」。想一个问题是真理，想多问题是妄想。

有这么样两句话，说的很有意思：「若人静坐一须臾，胜造恒沙七宝塔。」这是形容坐禅的功德，就是说坐禅的人，在须臾之间，能清静片刻，能修静虑的功夫，就比造恒河沙数，那样多的七宝塔的功德还要大许多倍。因为造那样多的七宝塔，不过是供养佛舍利（灵骨）。如果能静坐一须臾，这是造佛的真身。所以说静坐一须臾（很短的时间），胜造七宝塔。静坐片刻就有这样大的功德，如果天天静坐，那种功德非算数所能算出来的。你能在一须臾之间不打妄想，清净其心，久而久之，你的心便能湛然常寂。

我们在禅堂里静坐，不但对自己的功德是无量，就是对全世界人类的功德也是无量。有人说：「我们的功德，怎能给全世界人类呢？」现在全世界的人，因为争名夺利，所以杀气腾腾，自私自利，你争我夺，搞得世界乌烟瘴气。人类斗争坚固，一天比一天厉害，一天比一天危险，一天比一天严重。如果再不设法挽救世界的危机，总有一天，地球会爆炸的。地球怎会爆炸呢？因为现在科学突飞猛进，大国研究杀人的武器，一日千里，互相比赛。例如核子武器、死光武器等等，一旦战争发生，这些武器便会将地球毁灭，到那时候，真正的末日就到了。

我们在禅堂里，用功修道，在无形之中能把这些杀气消灭，世界便没有危险了。怎样消灭呢？因为空气被污染，有许多毒素存在，无论是直接的，或是间接的，都会影响众生的健康，威胁众生的生命。你们看看，现在奇奇怪怪的疾病，越来越多，使医生束手无策。因为空气被污染了，混浊不干净，充满毒气。我们修道人，要用电疗把空气消毒，什么是电疗？就是静坐，从静坐中放出智慧光，这个智慧光就是电，这种电波放到空气中，有杀菌的作用。把混浊的空气变成清洁的空气，这叫电疗世界之病。

现在有人怀疑这种道理是不可能的。静坐怎么会把空气给消毒呢？现在来讲一个故事：在宋朝有位大文学家，名叫苏东坡，当时有位大禅师，名叫佛印。两人是道友，常有往来。有副对联：「出入有僧皆佛印，往来无客不东坡。」证明他们的感情是很融洽的。

有一次，苏东坡居士作一首偈颂：「稽首天中天，毫光照大千；八风吹不动，端坐紫金莲。」送给佛印禅师评论，因而引起二人的辩论。我们现在看这首偈颂中的「毫光照大千」，用这句来说明道理。这毫光就是电疗，照大千就是消毒。毫光能把大千世界混浊有毒的空气，消灭得一乾二净，乃至丝毫的毒素再也不存在。

你能以毫光照大千，便能消除你的一分空气毒；他能毫光照大千，便能消除他的一分空气毒；大家能毫光照大千，便能消除大家的一分空气毒。大家同心协力来帮助世界电疗这个病，这世界污浊的空气，就会越来越少，光明的空气，也会越来越多，久而久之，空气便能完全转为清净。要知道污浊空气就是毒素，光明空气就是智慧。

现在的空气为什么会污浊呢？因为一般人不知道修行，不会使用电疗，所以空气越来越污浊。我们修道人要负起责任，使空气清洁。不但自己要勇猛精进地坐禅，还要劝亲戚朋友来坐禅。坐禅的功德是无量无边，对身心有不可思议的好处，如果他们不相信的话，教他们试一试，不久即可得到不可思议的好处。大家努力坐禅，毫光照大千，空气的毒素，自然被消灭了。

各位注意！只要把妄想停下来，就会放出智慧光明，这种毫光能照大千，有消毒作用，你们会有无量功德，这种功德，能使全世界人类都得到好处。什么好处？就是把空气的毒素毒菌消灭，人类便再不会患绝症——这是间接得到的好处。

上一页 下一页